



МЕНЮ

на 16.12.2026

МБУ "Школа № 28"

Завтрак бесплатный для учащихся с 1 по 4 класс, ОБЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20522	Спагетти мясное с соусом	90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/06.516/3.04	1669	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	20528	Напиток Витохиза витаминизированный	200			9,70	38,80
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,78	70,32
ТТК	14182	Трубочка слоеная в ассортименте	35	1,64	5,74	14,41	115,86
Итого:			595	17,92	22,33	76,60	587,07
Итого ХЕ:						6,55	

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 6 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ с 6 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20522	Спагетти мясное с соусом	90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/06	16417	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	180	6,72	7,09	43,08	263,01
ТТК	20528	Напиток Витохиза витаминизированный	200			9,70	38,80
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			510	18,11	19,47	76,18	552,38
Итого ХЕ:						6,35	

Завтрак для обучающихся 6-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20522	Спагетти мясное с соусом	90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/06.516/3.04	1669	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	20528	Напиток Витохиза витаминизированный	200			9,70	38,80
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,78	70,32
Таб. №24/06	8079	Десерт фруктовый (груша)	90	0,36	0,27	9,27	40,95
Итого:			560	16,64	16,86	73,46	512,16
Итого ХЕ:						6,12	

Бесплатное однократное питание для обучающихся в 6-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	20522	Спагетти мясное с соусом	90	8,35	12,06	3,71	156,80
469/06.516/3.04	1669	Макаронные изделия / Масло растительное / Соль йодированная	150	5,65	4,29	36,02	205,29
ТТК	20528	Напиток Витохиза витаминизированный	200			9,70	38,80
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,78	70,32
Таб. №24/06	8079	Десерт фруктовый (груша)	90	0,36	0,27	9,27	40,95
Итого:			560	16,64	16,86	73,46	512,16
Итого ХЕ:						6,12	

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 6 по 11 класс, обучающихся с ОБЗ с 6 по 11 класс

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
82/07 Дети принт	15246	Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,55	4,11	10,25	64,23
ТТК	19880	Рис оригинальный с мясом птицы	30/150	13,01	12,92	41,68	335,06
628/99г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18
ТТК	5295	Булочка с маком	50	4,31	1,87	29,72	152,95
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
Итого:			670	21,91	19,23	116,30	732,18
Итого ХЕ:						8,69	

Обед для обучающихся 6-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	3932	Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
ТТК	19887	Рис оригинальный с мясом птицы	40/150	14,75	14,29	41,67	354,32
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с.	200	0,01	0,01	15,30	61,39
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
№ 637/06	8995	Пирожок с картофелем	50	3,35	1,89	22,39	119,97
Таб. №24/06	5211	Десерт фруктовый (апельсин)	90	0,81	0,18	7,29	34,02
Итого:			805	25,80	24,50	129,48	841,62
Итого ХЕ:						10,79	

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс (ОБЗ), для обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых, принимает участие в специальной военной операции

Сборник рецептов	Код блюда	Наименование	Выход гр.	Пищевая ценность			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ТТК	3932	Борщ из свежей капусты с картофелем и соусом	200/5	1,80	7,41	11,21	118,73
ТТК	19887	Рис оригинальный с мясом птицы	40/150	14,75	14,29	41,67	354,32
ТТК	20630	Напиток из яблок п.с.	200	0,01	0,01	15,30	61,39
пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76
ПП	13185	Хлеб ржаной	30	2,04	0,39	11,94	59,43
№ 637/06	8995	Пирожок с картофелем	50	3,35	1,89	22,39	119,97
Итого:			715	24,99	24,32	122,19	807,60
Итого ХЕ:						10,18	

Зав. производством
О. В.
Опекунство
Сам. 2.3
"ДРУЖБА"
Россия, 445040, г. Саранск, ул. Северная, 35
E-mail: oda0910@mail.ru